

# 「マリン・ハウス」通信

令和6年10月号



## ピクニックに出掛けました

10月17日、マリン・ハウスでは白子町にある「ウミガメの丘」へ、マイクロバスなどで遠足に出掛けました。公園近くの海岸には、名前の通り、現在もウミガメが産卵に訪れることがあるそうです。また、公園の中央にある丘は太平洋が一望できる雄大な眺望スポットとなっています。当日は秋晴れとはいきませんが、過ごしやすい絶好の行楽日和でした。

公園に到着後、まずは皆さんでマリン・ハウス特製の行楽弁当をいただきました。普段と違う環境の中で食べるお弁当の味は格別で、皆さんの笑顔が溢れていました。昼食後は公園の遊具や広場でのバドミントン、ボール投げを楽しんだり、遊歩道の散策をしたりなど、皆さん思い思いに楽しめました。

帰りのバスの中では、「今日は楽しかった」「以前ここで釣りをしたよ」など、楽しい会話が弾みました。今後も季節に合わせて、皆さんで楽しめるレクリエーションの機会を提供していきたいと思っております。

帰りのバスの中では、「今日は楽しかった」「以前ここで釣りをしたよ」など、楽しい会話が弾みました。今後も季節に合わせて、皆さんで楽しめるレクリエーションの機会を提供していきたいと思っております。



## 外でのレクリエーションでリフレッシュ

夏の暑さも和らぎ、過ごしやすい季節になってきました。爽やかな秋の風に誘われて、フレンス九十九里では皆さんで海まで散歩に出掛けました。海辺では砂浜にお絵描きをしたり、ビーチボールで遊んだり、歓声と笑顔が溢れる楽しいひと時を過ごしました。

また、穏やかな気候となったことで、事業所では外でのレクリエーションや体操など、毎日屋外で体を動かす時間を取り入れています。特に玉入れや輪投げが人気で、利用者の方同士がコミュニケーションを深める場ともなり、皆さんとても楽しんでいます。



今後も健康的に楽しめる活動を提供していきたいと思っております。

## とようみ工房の秋の取り組み

少しずつ涼しくなり、過ごしやすい気候となったことから、とようみ工房では天気の良い日には外に出てラジオ体操を行っています。長時間座って作業をしていると、



肩が凝ったり腰が痛くなったりするため、体をほぐし運動不足を解消するために実施しています。「運動の秋」ということもあり、皆さんも積極的に参加しています。

日々の内職作業では、成果が分かりやすいように毎日の作業目標を設定し、その目標に向けて頑張っています。皆さんが無理なく参加できるよう、適宜休憩をはさみながら取り組める環境も整えています。

今後も、皆さんが意欲を持って楽しく活動に参加できる場を作っていきたいと思っております。

## しその実収穫体験と美味しいひととき

フレンス東金にて、しその実がたくさん採れました。ほとんどの方は、しその実の収穫が初めての経験でしたが、職員の説明を聞きながら和やかな雰囲気の中取り組み、皆さん笑顔で参加されていました。



収穫後は、大きな鍋いっぱい採れたしその実を塩漬けにしました。出来上がった塩漬けのしその実は、おにぎりや浅漬けとして、皆さんに提供されました。しその豊かな香りが口の中に広がり、その風味を楽しんでいるようでした。

自分たちの手で収穫したものを使った料理は格別な味わいがあり、お腹も心も満たされ、感想を言い合いながら、楽しいひとときを過ごしました。



## 新しい作業に取り組んでいます

たま工房では、金物を扱う内職の作業を新たに受注することになりました。組み合わせた枠型の部材にネジを取り付ける工程の中で、部材の向きやネジの締め方など、支援者が注意点をしっかりと伝えながら行っています。初めの内は慣れないことも多かったですが、正確に、かつ効率よく作業できる方法を模索し、工夫しながら取り組むことで、少しずつ生産数も上がってきています。たま工房では、どの仕事においても品質の良い製品づくりができるよう心掛けています。今後も、職員、利用者様一丸となって日々の活動に取り組んでいきたいと思っております。



【お問い合わせ先】

自立支援センター マリン・ハウス  
千葉県大網白里市南今泉 4832-7

TEL : 0475-77-1066

FAX : 0475-77-1067

MAIL: marinehouse@purple.plala.or.jp

随時見学体験相談受け付け中！！

<http://marinehousechiba.wix.com/home>

# 「マリン・ハウス」通信

令和6年10月号



## ピクニックに出掛けました

10月17日、マリン・ハウスでは白子町にある「ウミガメの丘」へ、マイクロバスなどで遠足に出掛けました。公園近くの海岸には、名前の通り、現在もウミガメが産卵に訪れることがあるそうです。また、公園の中央にある丘は太平洋が一望できる雄大な眺望スポットとなっています。当日は秋晴れとはいきませんが、過ごしやすい絶好の行楽日和でした。

公園に到着後、まずは皆さんでマリン・ハウス特製の行楽弁当をいただきました。普段と違う環境の中で食べるお弁当の味は格別で、皆さんの笑顔が溢れていました。昼食後は公園の遊具や広場でのバドミントン、ボール投げを楽しんだり、遊歩道の散策をしたりなど、皆さん思い思いに楽しめました。

帰りのバスの中では、「今日は楽しかった」「以前ここで釣りをしたよ」など、楽しい会話が弾みました。今後も季節に合わせて、皆さんで楽しめるレクリエーションの機会を提供していきたいと思っております。

帰りのバスの中では、「今日は楽しかった」「以前ここで釣りをしたよ」など、楽しい会話が弾みました。今後も季節に合わせて、皆さんで楽しめるレクリエーションの機会を提供していきたいと思っております。



## 外でのレクリエーションでリフレッシュ

夏の暑さも和らぎ、過ごしやすい季節になってきました。爽やかな秋の風に誘われて、フレンス九十九里では皆さんで海まで散歩に出掛けました。海辺では砂浜にお絵描きをしたり、ビーチボールで遊んだり、歓声と笑顔が溢れる楽しいひと時を過ごしました。

また、穏やかな気候となったことで、事業所では外でのレクリエーションや体操など、毎日屋外で体を動かす時間を取り入れています。特に玉入れや輪投げが人気で、利用者の同士がコミュニケーションを深める場ともなり、皆さんとても楽しんでいます。



今後も健康的に楽しめる活動を提供していきたいと思っております。

## とようみ工房の秋の取り組み

少しずつ涼しくなり、過ごしやすい気候となったことから、とようみ工房では天気の良い日には外に出てラジオ体操を行っています。長時間座って作業をしていると、肩が凝ったり腰が痛くなったりするため、体をほぐし運動不足を解消するために実施しています。「運動の秋」ということもあり、皆さんも積極的に参加しています。



日々の内職作業では、成果が分かりやすいように毎日の作業目標を設定し、その目標に向けて頑張っています。皆さんが無理なく参加できるよう、適宜休憩をはさみながら取り組める環境も整えています。今後も、皆さんが意欲を持って楽しく活動に参加できる場を作りたいと思っております。



## 新しい作業に取り組んでいます

たま工房では、金物を扱う内職の作業を新たに受注することになりました。組み合わせた枠型の部材にネジを取り付ける工程の中で、部材の向きやネジの締め方など、支援者が注意点をしっかりと伝えながら行っています。初めの内は慣れないことも多かったですが、正確に、かつ効率よく作業できる方法を模索し、工夫しながら取り組むことで、少しずつ生産数も上がってきています。たま工房では、どの仕事においても品質の良い製品づくりができるよう心掛けています。今後も、職員、利用者様一丸となって日々の活動に取り組んでいきたいと思っております。



## しその実収穫体験と美味しいひととき

フレンス東金にて、しその実がたくさん採れました。ほとんどの方は、しその実の収穫が初めての経験でしたが、職員の説明を聞きながら和やかな雰囲気の中取り組み、皆さん笑顔で参加されていました。



収穫後は、大きな鍋いっぱい採れたしその実を塩漬けにしました。出来上がった塩漬けのしその実は、おにぎりや浅漬けとして、皆さんに提供されました。しその豊かな香りが口の中に広がり、その風味を楽しんでいるようでした。自分たちの手で収穫したものを使った料理は格別な味わいがあり、お腹も心も満たされ、感想を言い合いながら、楽しいひとときを過ごしました。



【お問い合わせ先】

自立支援センター マリン・ハウス  
千葉県大網白里市南今泉 4832-7

TEL : 0475-77-1066

FAX : 0475-77-1067

MAIL: marinehouse@purple.plala.or.jp

随時見学体験相談受け付け中！！

<http://marinehousechiba.wix.com/home>